

معلومات مهمة حول تواجد الرصاص في أنابيب المياه المنزلية ومياه الشرب
خطوات سهلة لتقليل التعرض للرصاص

ما تحتاج معرفته

أظهرت نتائج رصد المنازل مؤخراً زيادة في نسب الرصاص المتواجدة داخل مياه الشرب عن المستوى المقرر.

معلومات مهمة حول تواجد الرصاص في مياه الشرب

وجد مكتب مياه بورتلاند مستويات مرتفعة من الرصاص في مياه الشرب ببعض المنازل المباني. ويمكن للرصاص أن يتسبب في مشاكل صحية خطيرة، خاصة للسيدات الحوامل والأطفال الصغار. من فضلك إقرأ هذه المعلومات بعناية من أجل معرفة ما يمكنك فعله لتقليل الرصاص في مياه الشرب لديك.

أثار الرصاص على الصحة

يمكن أن يتسبب الرصاص في مشاكل صحية خطيرة إذا دخل جسم الإنسان بكميات كبيرة من مياه الشرب أو من مصادر أخرى. ويمكن أن يتسبب في تلف بالمخ والكلية، ويمكن أن يعوق إنتاج كرات الدم الحمراء التي تحمل الأكسجين إلى كل أجزاء الجسم. ويعد الرضع والأطفال الصغار والسيدات الحوامل هم الأكثر عرضة للضرر من التعرض للرصاص. ويربط العلماء ما بين أثار الرصاص على المخ وانخفاض معامل الذكاء لدى الأطفال. كما يزيد تأثير الكبار الذين يعانون من مشاكل بالكلية وضغط الدم العالي بتواجد مستويات رصاص منخفضة مقارنة بالأصحاء من البالغين. ويخزن الرصاص بالعظام ويمكن أن ينتشر في وقت لاحق من العمر. وخلال الحمل، يصل الرصاص إلى الجنين من عظام الأم وهو الأمر الذي قد يؤثر على تطور المخ.

مصادر الرصاص

عادة ما يتواجد الرصاص في العديد من الأماكن في أنحاء البيئة. وعلى الرغم من ندرة وجود الرصاص في مصادر المياه لدينا، ومن عدم وجود خطوط خدمات رصاص معروفة في نظام المياه، من الممكن أن نجد الرصاص في بعض المنازل. وفي بورتلاند، يدخل الرصاص في مياه الشرب بسبب تآكل مواد أنابيب المياه المنزلية التي تحتوي على الرصاص. وهذه المواد تتضمن لحام قصدير المستخدم في لحام المواسير المصنوعة من النحاس التي كان من المعتاد استخدامها في المنازل التي شيدت أو تمت أعمال أنابيب المياه بها ما بين عامي 1970 و 1985 وكذلك في المكونات والصنابير المصنوعة من النحاس. ويمكن للرصاص في أنابيب المياه المنزلية أن يذوب في مياه الشرب عندما تستقر المياه في تلك المواسير لعدة ساعات، مثلاً طوال الليل أو بعد العودة من العمل أو المدرسة.

وفي بورتلاند تعد مصادر التعرض للرصاص الرئيسية هي الدهانات التي تحتوي على الرصاص والغبار المنزلي والتربة ومواد أنابيب المياه. كما يوجد الرصاص أيضاً في بعض الأشياء المنزلية مثل الألعاب ومستحضرات التجميل والأواني الفخارية.

خطوات سهلة للحد من التعرض للرصاص في مياه الشرب:

1. شغل المياه حتى تتخلص من الرصاص. إذا لم تكن قد استخدمت المياه لعدة ساعات، شغل الصنبور لمدة 30 ثانية حتى دقيقتين أو حتى تصبح المياه أبرد قبل أن تستخدمها في الشرب أو الطبخ.
2. استخدم مياه عذبة باردة للطبخ والشرب وإعداد لبن الأطفال الرضع. لا تستخدم مياه من صنبور الماء الساخن في الطبخ أو الشرب، فالرصاص يذوب بشكل أفضل في الماء الساخن. لا تستخدم المياه من صنبور المياه الساخنة لإعداد لبن الأطفال الرضع.
3. لا تغلي المياه من أجل التخلص من الرصاص. فغليان المياه لا يقلل الرصاص.
4. فكر في استخدام منقي للمياه. ولكن تأكد أنه يقلل الرصاص، لأن بعض الأجهزة لا تقلله. وتأكد من صيانة منقي المياه وتغيير أجزائه وفقاً لتعليمات المصنع من أجل الحفاظ على جودة المياه. تواصل مع المؤسسة الوطنية للإصحاح

(NSF International) على الرقم **800-NSF-8010** أو عبر الموقع www.nsf.org للحصول على معلومات حول معايير الأداء الخاصة بأجهزة تنقية المياه.

5. **قم باختبار الرصاص لطفلك.** إسأل طبيبك أو اتصل **بخط الرصاص** لمعرفة كيفية إجراء اختبار الرصاص لطفلك. فاختبار مستوى الرصاص في الدم هو السبيل الوحيد لمعرفة ما إذا كان طفلك يتعرض للرصاص.
6. **قم باختبار الرصاص في المياه.** تواصل مع **خط الرصاص** على الموقع www.leadline.org أو على رقم **4000-503-988** لتعرف كيفية الحصول على اختبار الرصاص في المياه المجاني.
7. **قم بتنظيف رأس الصنبور بشكل دوري.** فالجزئيات التي تتضمن رصاص اللحام والمواسير يمكن أن تبقى عالقة في رأس الصنبور. والتنظيف الدوري كل بضعة أشهر سيزيل هذه الجزئيات ويقلل تعرضك للرصاص.
8. **فكر في شراء مستلزمات أنابيب مياه منخفضة الرصاص.** فاعتباراً من 1 يناير 2014، ينبغي أن لا تتضمن أي مواسير أو وصلات أو تركيبات نسبة رصاص أكثر من 0.25%. وعند شراء مستلزمات جديدة، ينبغي على المستهلكين البحث عن تلك التي تتضمن أقل مستوى من الرصاص.

يقوم مكتب مياه بورتلاند برصد الرصاص والنحاس في ماء الصنبور مرتين كل عام في أكثر من 100 منزل. وهذه المنازل هي من المنازل التي من المعروف أن أنابيب المياه بها تحتوي على لحام القصدير وتمثل أسوأ سيناريو لوجود الرصاص في الماء. وكانت نتائج اختبار الرصاص في خريف عام 2017 هي 17 جزء في كل مليار، وهو أعلى من مستوى التحرك وهو 15 جزء في المليار. وفي 18 من المنازل 134 التي تعد منازل عالية الخطورة كانت معدلات الرصاص أعلى من مستوى التحرك. وهذه النتائج تستلزم على مكتب مياه بورتلاند إخطار الجمهور وتنفيذ خطوات تصحيحية.

الحفاظ على الصحة العامة

يعمل مكتب مياه بورتلاند على:

- **تقليل** تآكل الرصاص في أنابيب المياه من خلال زيادة درجة الحموضة في المياه. وقد قلل تعديل درجة الحموضة من نسبة الرصاص في مياه الصنبور بما يزيد على النصف. وبدأت بورتلاند في عملية تحسين معالجة التآكل بشكل أكبر. وهذه التحسينات ستدخل حيز النفاذ قبل انقضاء ربيع عام 2022.
- **إزالة** مصادر الرصاص المعروفة من المنظومة. تم إزالة كل وصلات الرصاص المعروفة من المنظومة بحلول عام 1998.
- **استبدال** العدادات الكبيرة التي تحتوي على مكونات من الرصاص من أجل توفير المياه للسكان المعرضين للخطر. ولمدة أكثر من 10 سنوات، كانت العدادات البديلة خالية من الرصاص.

موارد مفيدة لتقليل تعرضك للرصاص

بالإضافة إلى تقليل التعرض للرصاص في مياه الشرب، يدعم مكتب مياه بورتلاند برامج تهدف إلى الحد من كل مصادر التعرض للرصاص:

- ورش عمل الوقاية من التسمم بالرصاص
- برامج لتقليل المخاطر في المنازل المؤهلة لتلك البرامج
- اختبارات مجانية للرصاص في الدم لدى الأطفال
- أدوات اختبار مجانية لقياس الرصاص في الماء لدى العملاء

لمزيد من المعلومات تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني www.portlandoregon.gov/water أو الاتصال على الرقم **503-823-7525**. لمزيد من المعلومات حول تقليل التعرض للرصاص في أنحاء المنزل المبني وحول آثار الرصاص على الصحة، تفضلوا بالتواصل مع **خط الرصاص** على الرقم **4000-503-988** أو زيارة الموقع www.leadline.org أو موقع وكالة حماية البيئة www.epa.gov/lead أو التواصل مع مزود الرعاية الصحية الخاص بك.



معلومات مهمة حول الرصاص داخل أنابيب المياه المنزلية
ومياه الشرب
اللغة العربية

SW Fifth Avenue, Room 600 1120
Portland, OR 97204

المفوض نيك فيشر
المدير مايكل ستور
مكتب مياه بورتلاند
خدمة العملاء: 503-823-7770
الرقم الخاص بالمياه بمكتب مياه بورتلاند: 503-823-7525

رقم الرسائل التليفونية: 503-823-6868

www.portlandoregon.gov/water

للمساعدة في ضمان المساواة في الوصول إلى برامج المدينة وخدماتها وأنشطتها، تقدم مدينة بورتلاند خدمات الترجمة والتعديل المعقول في السياسات والإجراءات وصور إضافية من المساعدة والخدمات والطرق البديلة للأشخاص ذوي الإعاقة. للمساعدة وللحصول على الترجمة التحريرية والفورية والمعلومات الإضافية، اتصل بالرقم 503-823-7525 أو استخدم خدمة الرسائل التليفونية للمدينة على الرقم 503-823-6868 أو خدمة التحويل بأوريجون على الرقم 711.